

Heute

Uni-Rektor Koch hört im Oktober 2022 auf



Lambert T. Koch wird nur noch zwei Jahre als Rektor in Wuppertal wirken. Archivfoto: Roland Keusch

WUPPERTAL Der Rektor der Bergischen Universität, Prof. Lambert T. Koch (55), wird im Oktober 2022 nicht für eine weitere Amtszeit zur Verfügung stehen – aus persönlichen Gründen, heißt es in einer Pressemitteilung der Bergischen Universität. Koch wird dann 14 Jahre lang Rektor gewesen sein. Im kommenden Jahr soll der Prozess für die Findung seiner Nachfolge eingeleitet werden. Um den Übergang für die Hochschule und ein neues Rektorat bestmöglich zu gestalten, bleibt der amtierende Kanzler, Roland Kischkel, noch bis Mitte 2023 im Amt. Danach wird er in den Ruhestand wechseln, sodass im Jahr 2022 auch für die Findung seiner Nachfolge eine entsprechende Kommission einzusetzen ist, heißt es aus dem Senat der Uni, der am Mittwoch zu einer Hybrid-Konferenz – die Teilnahme war in Präsenz und per Videoschaltung möglich – zusammengekommen war.

Drei Minuten am Kältelimit: Neue Eissauna in Elberfeld – der Besuch soll erstaunliche Effekte haben

Bei minus 78 Grad vereisen auch die Haare

Von Daniel Neukirchen

WUPPERTAL Als ich den Empfangsraum der „IceZone“ betrete, reibe ich meine Hände aneinander. Ist ja ganz schön kalt geworden draußen. Knapp unter zehn Grad – und wenn dann noch der Wind pfeift... Kälte ist aber relativ. Das soll ich schon in wenigen Minuten lernen. Für mich geht es nämlich leicht bekleidet in eine auf minus 15 Grad heruntergekühlte Kammer. Das ist allerdings nur zum Akklimatisieren. Denn in der Hauptkammer stehen mir drei Minuten bei unvorstellbar frostigen minus 78 Grad bevor. Nein, ich habe keine Wette verloren und werde auch von keinem Geheimdienst verhört. In die Eissauna gehen die Menschen freiwillig. Und sind anschließend vollkommen begeistert von den positiven Effekten für Körper und Gemüt. So wie Andreas Lenz, der inzwischen vom Eiskammer-Fan zum Mitbetreiber der „IceZone“ am Laurentiusplatz aufgestiegen ist. Er sagt: „Das hat Suchtpotential.“

Preise

Die IceZone an der Wuppertaler Friedrich-Ebert-Straße 17 bietet neuen Kunden einen Testtarif an. Die erste Anwendung kostet 15 Euro, eine Testwoche 50 Euro. Ein normaler Einzeltermin liegt allerdings bei 40 Euro. Bei einer Jahresflat (120 Anwendungen) zahlen Kunden monatlich 150 Euro. ice-zone.de

Er gebe sich selbst jede Woche drei bis vier Mal den Kälteschock und fühle sich unmittelbar danach viel leistungsfähiger. Die sogenannte Kryotherapie soll aber vor allem kranken Menschen helfen: Chronische Schmerzen lindern, bei Arthritis, Rheuma und Neurodermitis helfen. Schön soll's auch machen und Cellulite bekämpfen. „Diese Kälte muss man einfach mal erlebt haben“, sagt Lenz.

Muss man wohl. Fünf Minuten später stehe ich mit Bademantel, Ohrenschützern, Handschuhen sowie Schlappen vor zwei blau beleuchteten Kammern. Das könnte auch das Set in einem Science-Fiction-Film sein. Auf einer Anzeige sehe ich die aktuellen Temperaturen: -15 und -78 steht da. Mitinhaberin Eva Diana Moczko versichert mir: „Eine kalte Dusche finde ich unangenehm.“ Die Eiseskälte in den Kammern sei viel besser auszuhalten, weil die Luftfeuchtigkeit niedrig gehalten werde.

In der Kälte freue ich mich über jede Tafel Schokolade auf den Hüften

„Bereit?“ Moczko zeigt auf die Vorkammer. Ich öffne die Tür und spüre unmittelbar die Kälte, die mir entgegenströmt. Es ist so, als würde ich vor dem geöffneten Kühlregal im Supermarkt stehen. Nur, dass ich heute hineintrete. Die Tür schließt sich hinter mir, ich hänge meinen Bademantel an einen Haken und merke schlagartig, wie mich die Kälte umarmt.

Ein Fluch geht mir durch den Kopf. „Das ist die Vorkammer!“ Kleine Tröpfchen schweben durch die Luft. Mein



Das sind keine grauen Strähnen, sondern Eiskristalle bei Tester Daniel Neukirchen.

Foto: Anna Schwartz

Puls beschleunigt sich. Relativ fix ist die erste Minute um und Eva Diana Moczko, die aus Sicherheitsgründen das Prozedere überwacht, gibt mir ein Zeichen. Ich darf in die Hauptkammer. Muss. So denke ich zumindest in diesem Moment.

Mit einem kräftigen Stoß öffne ich die Tür ins Ungewisse. Es dauert nur Sekunden in dem Raum mit minus 78 Grad, bis mein Körper mir signalisiert, dass ich mich in einer Extremsituation befinde. Sofort verengen sich die Blutgefäße. Daher wird mein Blut schneller durch den Körper gepumpt.

Ich merke allerdings schnell, dass diese trockene Kälte besser auszuhalten ist als etwa der schneidende Schmerz, den verkühlte Finger

und Zehen im Winter verursachen. Auch weil diese geschützt sind, konzentriert sich die Eiseskälte auf meine Haut. Moczko hat mir erzählt, dass sich die Oberfläche meines Körpers auf fünf Grad herunterkühlt. Ich fühle mich erfreulicherweise innerlich aber nicht durchgefroren.

Während die Sekunden herunterticken, freue ich mich über jede Tafel Schokolade, die jetzt gerade dazu beiträgt, dass meine Organe schön warmgehalten werden. Wenn man der Werbung glauben kann, nehme ich gerade auch noch ab. Bis zu 800 Kalorien sollen Menschen in den drei Minuten in der Kältekammer verbrennen. Meine Muskeln sind auf jeden Fall in Aktion.

Ist das wirklich alles so gesund wie versprochen? Diese Frage drängt sich auf. Doch die heilende Wirkung der Kryotherapie ist offenbar empirisch belegt. Auch das Wuppertaler St. Josef-Krankenhaus verfügt über eine Kältekammer. Von der Klinik heißt es: „Obwohl bis heute die Wirkungsweise der Kältekammer nicht exakt erklärt werden kann, ist doch sicher, dass die Ganzkörper-Kältetherapie eine schmerzlindernde Wirkung hat. Die Kältetherapie verbessert die Beweglichkeit bei Rheumapatienten und führt somit auch zu einer Funktionsverbesserung.“

Mitinhaberin Eva Schwab-Lenz berichtet von Kunden, deren Schmerzleiden in der

Zeit nach der Kältebehandlung mit einem Schlag gelindert war. „Ein älterer Herr sagte mir, er könne gerade zum ersten Mal seit Jahren wieder seine Finger spüren.“

Eiskristalle bilden sich an Haaren und Wimpern, als ich die letzten Sekunden herunterzähle. Und da kommt auch schon das erlösende Zeichen. Ich begeben mich zum Aufwärmen zurück in den Vorraum. Faszinierend, wie angenehm temperiert mir diese Tiefkühltruhe plötzlich vorkommt.

Zurück bei Raumtemperatur macht sich Euphorie breit

Spätestens als ich wieder auf normaler Raumtemperatur angekommen bin, entfaltet sich die euphorisierende Wirkung der Eissauna. Eine wohlige Wärme breitet sich von innen aus. Alle Muskeln sind angenehm gelockert. Ich fühle mich wie nach einer Ganzkörper-Massage. Wahrscheinlich schüttet mein Körper nun Glückshormone aus, weil er sich freut, dass ich doch nicht erfroren bin. Andreas Lenz beschreibt die Erfahrung so: „Der Körper geht auf Angst, aber der Kopf nicht.“

Mit der Bilanz zeigt sich das Team zufrieden. Schließlich hat man in Elberfeld erst Anfang Oktober eröffnet. Und darf auch im Lockdown weiter Kunden empfangen, weil die Kältesauna dem Gesundheitssektor zugeordnet wird.

Als ich die Eissauna verlasse, stehen Passanten vor dem Schaufenster und studieren die Aushänge. Warum tragen alle so dicke Mäntel? Es ist doch hier draußen so mild wie an einem Frühlingstag.

14. November 2020

Weltdiabetes-Tag

ANZEIGEN

Motto: „Unite for diabetes“.



Das Team (v.l.): Michael Schmiedel, Orthopädiemechaniker-Meister, Christian Peplau, Orthopädiemechaniker, Maike Nuschke, Orthopädiemechanikerin, Yannik Maibüchen, Orthopädienschuhmacher, sowie Timo Terhufen, Orthopädiemechaniker-Meisterschüler. Foto: Sanitätshaus Schmiedel

Orthopädiemechaniker-Meister Michael Schmiedel ist seit vier Jahren am Grünewald

Sanitätshaus hilft bei Diabetes

Vor vier Jahren hat Michael Schmiedel das Sanitätshaus Schmiedel gleich neben dem Grünewald-Zentrum eröffnet. Angefangen hat er mit sieben Mitarbeitern. Heute sind schon 18 Fachkräfte für ihn tätig. „Und unsere Fläche haben wir durch einen Neubau von 200 auf 250 Quadratmeter bereits erhöht“, sagt der Orthopädiemechaniker-Meister. „Dort arbeiten wir nun mit modernstem Druckmessverfahren.“

„Das erste, was wir mit Menschen machen, die Probleme mit ihren Füßen haben, ist eine genaue Anamnese“, sagt Michael Schmiedel. „Wir nutzen die Pedografie, lassen unsere Kunden auf dem Laufband vermessen und machen eine computergestützte Ganganalyse.“ Alle Ergebnisse werden elektronisch erfasst und fließen am Ende in die Produkte ein. „So können wir beispielsweise für einen Diabetiker eine

genau passende Einlage erstellen.“ Das gleiche Verfahren käme aber auch Sportlern und Prothesenträgern sehr entgegen.

Der Orthopädiemechaniker-Meister hat bereits 43 Jahre Berufserfahrung. Michael Schmiedel hat in seinen 43 Berufsjahren bereits mit fünf Chefarzten des Städtischen Krankenhauses zusammengearbeitet. „Dr. Ulrich Jaschke, der neue Chefarzt der Gefäßchirurg-

gie des Klinikums Solingen, ist ein ausgewiesener Spezialist für das diabetische Fußsyndrom“, sagt Michael Schmiedel. „Wir kooperieren bereits in einigen Punkten.“ Dr. Ulrich Jaschke investiert genau wie Michael Schmiedel in die Zukunft – und zwar für die Gesundheit und das Wohlbefinden der Menschen. „Er will eine diabetische Fußambulanz eröffnen. Und das finde ich sehr wichtig“, betont der Orthopädiemechaniker-Meister.

Von Foullon vermisst die Füße durch Pedografie

Spezielle Einlagen schützen Füße

In Deutschland leiden laut dem Bundesministerium für Gesundheit etwa 7,2 Prozent der Erwachsenen im Alter von 18 bis 79 Jahren an Diabetes. Längst gehört die Stoffwechselerkrankung damit zu den sogenannten Volksleiden in der Bundesrepublik. Deshalb wird seit 1991 auch immer am 14. November der Weltdiabetes-Tag durchgeführt, um der Krankheit zu mehr Sichtbarkeit zu verhelfen.

Auch das Sanitätshaus Von Foullon in Ohligsen hat sich auf die besonderen Anforderungen eingestellt. „Menschen, die mit Sensibilitätsstörungen oder gar Neuropathien zu uns kommen, weil sie Diabetes haben, bekommen bei uns Unter-

stützung“, sagt Joachim Von Foullon. „Wir vermessen die Füße und stellen entweder Einlagen her oder passen Therapieschuhe an.“ Die Kranken-

kasse würde die Einlagen oder je nach Schwere auch die Schuhe finanzieren. „Es ist wichtig, die Füße vor Rötungen und Wunden zu schützen.“

Ihr Spezialist für maßangefertigte Diabetiker-Schuheinlagen

Therapieschuhe für Menschen mit Diabetes.

SANITÄTSHAUS VON FOULLON GmbH & Co. KG

Sanitätshaus Grünstraße 1 · 42697 Solingen · Telefon 0212 777 19

Orthopädie- & Rehathechnik Engelsberg 47 · 42697 Solingen · Telefon 0212 33 03 04

Perfekter Schutz für den diabetischen Fuß

„Druckstellen oder kleinere Wunden, die insbesondere bei Menschen mit Diabetes zum ernsthaften Gesundheitsrisiko werden können, lassen sich durch perfekt angepasste Diabetikerschutzschuhe deutlich reduzieren. Ziel des Diabetikerschutzschuhs ist es, Füßen den Schutz und die Behandlung zu geben, die sie verdienen. Mit unserer Erfahrung als

Orthopädietechniker und unseren elektronischen Vermessungsmöglichkeiten (Pedografie) finden wir für Sie den perfekten Schuh für ihre individuelle Fußform, ihr Krankheitsbild und ihren persönlichen Geschmack.

Stadiengerechte Fußversorgung ist keine Frage des Geldes.

Diabetikerschutzschuhe sind als therapeutisches Hilfsmittel zugelassen und werden von den gesetzlichen Krankenkassen auf ärztliche Verordnung bezuschusst.“

Für Ihre Füße nur das Beste:



Sanitätshaus Schmiedel GmbH



Grünewald Str. 61a · 42657 Solingen
Telefon 0212 - 233 666 10